

A photograph of children walking away from the camera on a path covered in fallen autumn leaves. They are wearing colorful backpacks and jackets. The background shows trees with yellow and orange foliage.

PLAN FOR Å SIKRE BARNA ET GODT PSYKOSOSIALT BARNEHAGEMILJØ

HANDLINGSPLAN MOT MOBBING OG KRENKELSER I BARNEHAGEN

Kattekleiv barnehager as & Belmar barnehage as

Revidert november 2021



Kattekleiv
Barnehager



Belmar
Barnehage

1. INNHOLD

2. Innledning	s. 3
3. Definisjon av mobbing og andre relevante begreper	s. 4
4. Mobbing er direkte skadelig for hjernen	s. 5
5. Mål for barnehagens arbeid mot mobbing	s. 6
6. FOREBYGGING	
6.1 Hva ser vi etter?	s. 6
6.2 Barnehagens rolle	s. 7
6.3 Foresattes rolle	s. 8
7. Hva er viktig for å forebygge mobbing og ekskludering?	s. 9
8. Mobbing er alltid voksnes ansvar – barns trivsel er voksnes ansvar	s. 10
9. Litteraturliste	s. 10

Vedlegg

1. Link til aktivitetsplikt og skjema for handling.	S. 11
2. 1. Den ene (<i>plakat</i>)	s.11

2. INNLEDNING

Kattekleiv barnehager as og Belmar barnehage as har sammen utarbeidet denne planen for inkludering og vennskap. Dette arbeidet har foregått i perioden mars 2019 til februar 2020. Vi startet arbeidet med inspirasjon fra kurset «Noen sår kan ikke plastres» med Nina Nakling, «Livsmestring» og «Barn er budbringere» med Line Melvold. Foresatte har vært medvirkende i prosessen. Senere har både Kari Pape, Ingrid Lund og Pål Roland vært til inspirasjon for arbeidet og gitt oss mer kunnskap.

I **lov om barnehager** står det i kapittel 1, § 1. Formål:

Barnehagen skal møte barna med tillit og respekt, og anerkjenne barndommens egenverdi. Den skal bidra til trivsel og glede i lek og læring, og være et utfordrende og trygt sted for fellesskap og vennskap. Barnehagen skal fremme demokrati og likestilling og motarbeide alle former for diskriminering (Lov om barnehager, 2005, §1).



I **rammeplanen for barnehager**, kan vi under *livsmestring og helse* finne at barnehagen skal bidra til barnas trivsel, livsglede, mestring og følelse av egenverd og forebygge krenkelser og mobbing (Rammeplan for barnehager, 2017, s. 11). Under *ansvar og roller*, står det videre at styreren skal sørge for at det pedagogiske arbeidet er i tråd med barnehageloven og rammeplanen, og at personalet utvikler en felles forståelse for oppdraget som er gitt i disse. (Rammeplan for barnehage, 2017, s. 16).

Utdanningsdirektoratet ga i 2012 ut en veileder som heter «**Barns trivsel-voksnes ansvar**», der innholdet er endret etter endringer i ny rammeplan fra 2017. Intensjonen med denne veilederen er først og fremst å støtte barnehageansatte i arbeidet med å skape et godt psykososialt miljø hvor barna kan utvikle seg i trygge omgivelser med utfordringer tilpasset hvert enkelt barn. Sentralt i veilederen er hvordan de voksne støtter barna når de deltar i barnehagehverdagen, når de bygger relasjoner til hverandre, inngår i samspill, leker og knytter vennskapsbånd (UD 2012, Barns trivsel-voksnes ansvar, s. 4). Den reviderte utgaven av «Barns trivsel-voksnes ansvar» kom 8. mars 2018.

1. januar 2021 trådte et nytt kapittel i barnehageloven i kraft. Kapittel VIII fikk navnet: «**Psykososialt barnehemiljø**» Det nye kapittelet skal sørge for at alle barn får en trygg og god barnehagehverdag. Den nye loven inneholder en plikt til å følge med, en plikt til å gripe inn og en plikt til å følge opp.

Med disse referansene som bakgrunn vil vi gjøre rede for vårt arbeid med å forebygge mobbing og krenkelser, og vise våre rutiner for handlingsstrategier ved avdekking eller varsel om mobbing og krenkelser.

3. DEFINISJONER OG KLARGJØRING AV RELEVANTE BEGREPER

Definisjonene under er hentet fra «Barns trivsel- voksnes ansvar»:

Mobbing:

Handlinger fra voksne og /eller andre barn som krenker barnets opplevelse av å høre til og være en betydningsfull person for fellesskapet. Handlingene er planlagte og/eller ondsinnede og forgår over tid. Det er ubalanse i maktforholdet slik at det er vanskelig å forsvare seg.

Psykisk mobbing:

Handlinger, eller fravær av handlinger som fører til at en annen føler seg krenket, utestengt, gjentakende avvist, føler seg ubetydelig, mindre verdt eller utvikler lavt selvbilde. Å ignorere/overse eller ikke regne med noen eller invitere, prat som stilner når noen kommer til og avvisende kroppsspråk.

Fysisk mobbing:

Handlinger som er negative, uvennlige og aggressive gjentatte ganger mot samme person, eks; slag, spark, dytting osv.

Erting:

Å bli hakket på, latterliggjort, tuller på andres bekostning, kan over tid utvikles til mobbing.

Voksenrollen:

Den rollen vi voksne har i barnehagen, som trygge, omsorgsfulle voksne. En voksen som viser profesjonell kjærlighet og følelser, og som er en god rollemodell. En ansatt som utviser en god voksenrolle veileder barna, er ansvarlig og tilstedeværende.

Diskriminering:

Behandle noen på urimelig måte, forskjellsbehandle når det kommer til kjønn, religion, tilhørighet.

Krenkelse:

Individets opplevelse av en negativ handling rettet mot seg, eks; utestenging, baksnakking, isolering, å bli tvunget til noe de ikke vil.

Det kan her dreie seg om vold og fysiske overgrep, ødelegging og stjeling av ting, ironi fra de voksnes side, stemmeleie og herming, kroppsspråk, kallenavn som er negativt ment.

Det kan også være krenkende å oppleve kjefting, at noen alltid bestemmer for deg, stadig negative omtale, kommentarer, erting og negative blikk. Krenkelser kan komme i mange varianter og voksne kan være krenkende mot barn.



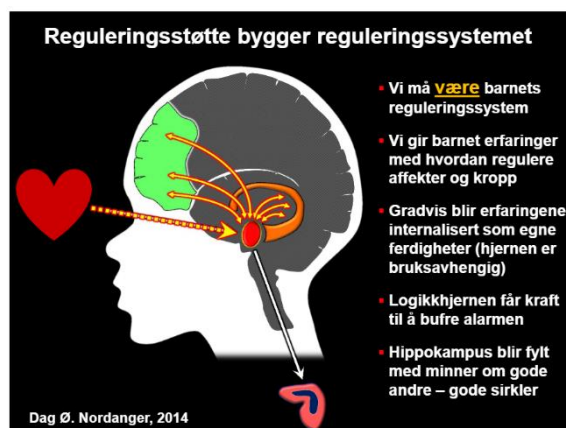
4. MOBBING ER DIREKTE SKADELIG FOR HJERNEN

Konsekvensene kan være store ved at barn blir krenket i barndommen. Mobbing er alvorlig. En del av alvoret er selvsagt at den som blir utsatt kan bli både traumatisert og skadet på annen måte. Vi har valgt å henvise til Magne Raundalen og sin erfaring med traumatiserte barn. Han forteller i en artikkel fra Barnehageforum:

Vi har all grunn til å anta at mobbing er direkte skadelig for hjernens oppkobling. Det vil si at hjernens utvikling og utbygging kan bli skadelidende hos et barn som går til barnehagen eller skoledagen med kronisk angst. Angst og frykt fører nemlig til utskilling av kortisol for å dempe reaksjonene, og kortisol kan skade senteret for hukommelsesfunksjonen i hjernen på kort og lang sikt. Det er allerede dokumentert at mobbeofre har et forhøyet cortisolnivå. Jo mindre barna er, desto viktigere er det å forebygge disse skadene fordi hjernen er mest påvirkbar hos de små barna. Når det gjelder hjernens oppbygging og oppkobling for øvrig er det nok å minne om at av de 100 milliarder eller kanskje 200 milliarder hjerneceller vi blir født med, det er ikke lett å telle så store antall, så er bare 10 til 15 prosent ferdigstilt ved fødselen. Resten skjer i et samspill mellom gener og erfaringer.

Egentlig er bildet med arkitekt og byggmester ganske godt. Det dreier seg om at genene er arkitekttegningen, planen for hvordan hjernen skal utvikles og bygges, og byggmestrene er foreldrene og alle vi andre som har et daglig ansvar for barn. Selv om tegningen er perfekt kan det bli et dårlig bygg for barnas forstand og personlighet dersom vi slurver med grunnmuren og jukser med isoleringen! Det som er mest aktuelt i et mobbingperspektiv kunne vi kalle uvær under byggingen. Mobbing er med andre ord et slikt uvær fordi det blir bygget inn en fryktorientering som rett og slett gjør barnets hjerne mer engstelig. I praksis vil det si at det skal mindre til før den reagerer med å mobilisere for kamp eller flukt. Da har vi virkelig gjort hjernen en bjørnetjeneste. Noe forenklet kan vi si at vi enten bygger en alt for engstelig eller alt for sint hjerne. Kom ikke her og kom ikke her, jeg skriker! Det er med andre ord svært meget om å gjøre å redusere angst - og fryktpåkjenninger i barnas hverdag enten det er krig i hjemmet, krig i hjemlandet eller mobbing i barnehagen (Raundalen, 2007).

Mobbing kan føre til dårlig selvfølelse, ensomhet, psykiske lidelser, sykdom og i verste fall et ønske om å ikke leve lenger (Utdanningsdirektoratet, 2016).



5. MÅL

MÅL FOR ARBEIDET VÅRT MOT MOBBING

1. Alle barn skal ha rett til et godt psykososialt miljø som fremmer helse, trivsel og mestring.
2. Fokus på å øke personalets kompetanse om hva mobbing er, hvordan forebygge mobbing og krenkelser og håndtering av mobbing i barnehagen minimum to ganger pr. år med HELE personalgruppen.
3. At de ansatte i barnehagen er ansvarlig og bevisst sin voksenrolle.
4. Alle barn skal føle seg trygg og høre til.
5. Skape et barnehagemiljø med nulltoleranse mot mobbing. Dette gjelder både blant barn, ansatte og foreldre.
6. Ha fokus på lek, vennskap, inkludering, jobbe med temaene psykisk helse og følelser gjennom hvert barnehageår.
7. Gjennomføre barnesamtaler og kartlegge barnas oppvekstmiljø i barnehagen.
8. Samarbeide med foresatte og spre kunnskap gjennom ulike arenaer.
9. Alle barn skal vite, føle og tro på at de er bra nok

Visjonen til Kattekleiv barnehager as og Belmar barnehager as:

GODE MINNER – LÆRING FOR LIVET

6. FOREBYGGING

6.1 HVA SER VI ETTER?

Ingrid Lund snakker mye om de sårbare barna og at det er nettopp disse barna som oftest blir utsatt for mobbing og krenkelser.

De barna som blir utestengt fra leken, er ofte de barna med dårlig språkkompetanse, de barna med dårlig lekekompetanse og de barna som blir oversett og/eller negativt definert av de ansatte i barnehager.

VI ANSATTE SER ETTER OM BARN:

- plutselig endrer adferd, sovemønster eller spisevaner
- nekter å fortelle hva som er galt, blir lett oppfarende, sinte eller aggressive
- gjentatte ganger blir gjort narr av og ydmyket
- domineres av andre og dette er et mønster
- blir dyttet, sparket, slått uten å kunne forsvare seg
- plager yngre barn eller dyr
- har sår eller ødelagte klær uten å kunne forklare hvorfor
- foreldrenes evne til å inkludere andres barn

- ofte er den som ikke får være med i leken
- stadig holder seg til en voksen i utetiden
- virker skremt og usikker
- ofte blir utsatt for sårende bemerkninger
- vegrer seg for å komme i barnehagen
(Hentet fra PBL mentor)

6.2 BARNEHAGENS ROLLE

Vi har mobbing som tema på ulike møter i barnehagen (minimum et møte høst og et møte vår). Vi har refleksjonsgrupper hvor vi bruker praksisfortellinger fra observasjoner i hverdagen og vi jobber med forebyggende faktorer som sosial kompetanse, språklig kompetanse, voksenrollen og psykisk helse. Barnehagen skal informere foresatte om mobbeplanen hver høst.

Det er aldri små barns feil. Barn gjør så godt de kan ut ifra sine forutsetninger. Det finnes ikke vanskelige barn, men det finnes barn som har det vanskelig. Barns trivsel er voksnes ansvar.

KJENNETEGN PÅ GOD PRAKSIS, DE ANSATTE SKAL:

- Være gode rollemodeller og jobbe for å være autoritative voksne
- Ha et bevisst fokus til språkstimulering
- Være tett på der barna er
- Evne å bygge gode og trygge relasjoner
- Møte barna i deres følelser
- Ha fokus på sosial kompetanse og ferdigheter knyttet til dette, gjennom refleksjon med barna, løpende veiledning og prososiale handlinger.
- Gjennomføre barnesamtaler
- Jobbe mot en felles forståelse av mobbing og krenkelser, samt jobbe for en konstruktiv tilbakemeldingskultur innad i personale
- Ikke snakke over hodet til barna, snakke positivt om andre og bidra til «gledning»
- Se barnets styrker og la barna få gjøre feil
- Ta barnet på alvor og se alle
- Aktivt støtte barn i å regulere følelser
- Jobbe med sin egen lekekompetanse, være aktive, varme og engasjerte
- Evne å se hvert enkelt barns behov
- La barna være med på å påvirke sin egen hverdag

STILL GODE SPØRSMÅL OG FORTELL HVA DU KOMMER TIL Å GJØRE

- Ikke press barnet. La det fortelle i sitt eget tempo.
- Få barnet til å fortelle, og finn ut hva barnet vet.
- Still åpne spørsmål som gjør at barnet får mulighet til å fortelle mer, ikke bare ja- og nei-spørsmål.
- Spør om hva du kan gjøre for barnet.

- Fortell hva du har tenkt å gjøre med mobbingen. Vær tydelig på at det er de voksnes ansvar å ordne opp.
- Vær forberedt på hva barnet kan fortelle deg (Utdanningsdirektoratet, 2016)

Våre arbeidsredskaper:

Når mobbing skjer (se vedlegg 1)

Handlingsplan ved mobbing (se vedlegg 2)



6.3 FORESATTES ROLLE

Som foreldre er det viktig å være bevisst på i hvor stor grad man påvirker egne barn. Hva man sier om andre, hvilke holdninger og verdier som kommer til uttrykk og hvordan man inkluderer andre. Hjemmet er et viktig sted å lære sosial kompetanse. Det utvikles tidlig og over tid i nært samspill med foreldre og andre barn.

Hvis mange barn har lært av sine foreldre å være åpne og positive i møte med andre barn, vil dette bidra til å skape et godt miljø både for de sårbare barna og de andre.

(«Den ene» - UNICEF).

HVORDAN KAN FORELDRE FOREBYGGE MOT MOBBING?:

- Bli kjent med andre foreldre!
 - Aktivt delta i foreldresamarbeid og sosiale sammenkomster
 - Si hei til alle barn de møter i barnehagen
 - Gi plass til en ekstra rundt middagsbordet
 - Bytte på å ta med andres barn hjem etter barnehagen
 - Snakke positivt om andres barn og foreldre
 - Snakke positivt om barnehagen og de ansatte
 - Sette grenser på en vennlig og positiv måte
 - Snakker med barna om omsorg, handlinger, væremåter og respekt for andre
- Eks. Dersom et barn blir hentet i barnehagen og forteller at Per ikke fikk lov å leke med Mia og Mats, kan dette være en gylden anledning til å snakke med barnet om det som skjedde. Spør barnet:
- Hva tenker du om det som skjedde?
 - Hvordan tror du Per opplevde å bli holdt utenfor?
 - Hva tror du er grunnen til at Mia og Mats gjorde det?
 - Hva kan DU gjøre neste gang du ser Per eller noen andre som ikke får være med å leke?

Tenke høyt sammen. Ved å ha samtaler om situasjoner, kan barnet lettere sette seg inn i hvordan det er å bli satt utenfor, ikke ha venner eller være litt annerledes. Det kan bidra til at barnet neste gang kan være støttende, inngripende eller inkluderende.

7. HVA ER VIKTIG FOR Å FOREBYGGE MOBBING OG EKSKLUDERING?

Stikkord fra grupperarbeid på personal- og foreldremøter.

Tilstedeværende voksne

Dele opp i små lekegrupper.
Gi ros, trøste og veilede barna.
Tar tak i situasjoner som oppstår.
Være en god støttespiller.
Øke barnas selvtillit og selvbilde.
Skjerme, videreføre og videreutvikle lek (jfr. Terje Melaas).
Være en tilgjengelig voksen både fysisk og mentalt.
Være anerkjennende, nysgjerrig, glad, raus og inkluderende.
Være gode rollemodeller.

Gode rollemodeller

Vise positive følelser.
Hjelpe barn med å sette ord på følelser.
Fokusere på verdier, ikke ambisjoner.
Være en modig voksen.
Være bevisst på egen væremåte og handlinger i hverdagen
Se ALLE barn.
Våge å se, spørre og ta tak.
Våge å være.
Være en lyttende og aktiv voksen både inne og ute.
Være barnas forsvarer.

Inkluderende miljø

Invitere barn i lek, alltid plass til en til.
Reflektere sammen gjennom samtale og drama.
Gi oppmerksomhet til inkluderende adferd.
Framsnakking.
Skrive en vennskapsplakat med barna.
Fokus på gode relasjoner.
Ha som motto «alle skal med».

Fokus på trygghet

Alle skal ha noen å komme til når de kommer i barnehagen.
Hjelpe og støtte barna i lek.
Være åpen og vise seg som en trygg havn (cos-sirkelen).
Utveksle relevant informasjon med familien.
Hjelpe med å fremme vennskap og inkludering

Psykisk helse

Snakke om mobbing, vennskap og inkludering med barna.
Tilrettelegge aktiviteter med mestring som mål.
Skape en felles atmosfære.
Møte barna på deres følelser
Se barnas ulike behov i en gruppe.
Tidlig innsats.
To uker i året jobbes det med ulike tema innenfor psykisk helse.
Skape en tilhørighet til verden.
Finne tilhørighet.
Tørre å spørre, være interessert.

Ta barn på alvor

Lytt og vise omsorg.
Bidra til trivsel og trygghet.
Verne om vennskap og skape nye.
Vi må tro at ting kan skje før vi klarer å oppdage.
Mot til å handle.
Barn må få uttale seg.
Hjelpe barn til å ta gode valg.
Være en empatisk voksen og snakke med barnet for å sammen finne den beste løsning.
Handle ut fra barnets beste

«Barn, de skal man snakke til som alle andre folk»

Anne-Cath Vestly

8. MOBBING ER ALLTID VOKSNES ANSVAR

– BARN TRIVSEL ER VOKSNES ANSVAR

Usynlige tanker og følelser kommer ut i synlige handlinger. Vi som voksne må være nysgjerrige på det vi ikke ser. Vi må trøste og være der for de som blir krenket, samtidig som vi også er der for den som krenker. Dette er små barn som trenger oss voksne, og med det hjelp til å regulere, relatere, reflektere og forstå seg selv og andre. Dersom vi får til det, gir vi barnet viktige erfaringer som lager gode og positive spor i hjernen mens den er under utvikling.

Sammen skal vi forebygge og skape trygge og gode rammer for at barna våre opplever et godt psykososialt miljø i barnehagen.

- Barn gjør så godt de kan, ut ifra sine forutsetninger. Alle barn ønsker å lykkes.
- Det finnes ikke barn som er vanskelig, men det finnes barnas som har det vanskelig.
- Barn manipulerer ikke, de beskytter seg.
- Barn finner ikke på stadig nye historier, de blander minner.
- Barn skader ikke seg selv eller andre for å få oppmerksomhet, de regulerer følelser

9. LITTERATURLISTE

Raundalen, M. (2007, 9 oktober). Hva er mobbing og hvilke konsekvenser kan det ha? Magne Raundalen kan blant annet fortelle at mobbing skader hjernen. Hentet fra <https://www.barnehageforum.no/artikkel.asp?artikkelid=931>

God skole – når trygghet og læringsmiljø kommer først. Mobbing og krenkende adferd: Hentet fra <http://www.godskole.no/mobbing-og-krenkende-atferd/hva-er-mobbing>

Utdanningsdirektoratet. (2018, 8. mars). Barns trivsel voksnes ansvar.

Hentet fra

<https://www.udir.no/globalassets/upload/barnehage/regelverk/veiledere/veilederbm.pdf>

Dag Ø. Nordanger. (2014). Utviklingstraumeperspektivet som forståelsesmodell og guide for hjelpen.

Barn og Rusen 2014. Sandefjord. Hentet fra <https://docplayer.me/9892331-Barnet-og-rusen-utviklingstraumeperspektivet-som-forstaelsesmodell-og-guide-for-hjelpen.html>

Utdanningsdirektoratet. (2016, 6. april). Når et barn forteller deg om mobbing.

Hentet fra <https://www.udir.no/laring-og-trivsel/mobbing/rad-til-voksne/>

<https://vfb.no/rad-og-tips/arkiv/hvordan-kan-foreldre-forebygge-mot-mobbing/>

https://www.statsforvalteren.no/siteassets/utgatt/fm-telemark/dokument-fmte/barnehage-og-opplaring/2018/torstein-garcia-de-presno_det-finnes-ikke-vanskelige-barn.pdf

LINK til AKTIVITETSPLIKT og SKJEMA for handling.

Denne ligger på Notodden kommune sin hjemmeside. Søk opp aktivitetsplikt barnehage, eller følg denne linken. Denne tas i bruk når aktivitetsplikten trår i kraft.

<https://aimblob.blob.core.windows.net/aimfiles/ddb018d6-e578-4990-8531-56bf67cb2ab1.pdf>

Nyttige DEN ENE- tips

DU ER VIKTIGERE ENN DU TROR. Du trenger verken erfaring eller kunnskap for å være Den ene betydningsfulle voksne for et barn som strever. Men du trenger rausket til å se bakenfor den utagerende gutten eller den stille, innesluttete jenta. Og du trenger mot til å bry deg. Barn som er vanskelige, har det ofte vanskelig. Alle voksne er rollemodeller både for egne og andres barn. Nedenfor kan du lese noen nyttige tips om hva som skal til for å være Den ene.



SE Å bli lagt merke til og husket føles verdifullt. Hils, ha blikkontakt og bruk barnets navn.

LYTT Lytt til hva barnet forteller deg og anerkjenn barnets opplevelse uten å avbryte eller korrigere.

GI Å gi handler om å være inkluderende. Selv i en hektisk hverdag er det mulig å gjøre plass til en til.

FORSTÅ Vis interesse. En forståelsesfull voksen tør å spørre hvordan et barn har det – og tåler svaret.

SETT GRENSER

Barn blir trygge når voksne er trygge og tydelige. Vis omsorg gjennom grensesetting.

“En gang fikk jeg følge med en venninne hjem. Moren hennes så meg inn i øynene, tok ansiktet mitt i hendene sine og holdt meg slik i noen sekunder. Hun smilte og sa:
Du er ei fin jente.
Det glemmer jeg aldri.”

(Fra På Skrass, Aftenposten)

Mer informasjon og utfyllende Den ene-tips finner du på denene.no